

セントラルフィットネスクラブ24千葉ニュータウン - 2026年09月 -

1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29日(火)は休館日です。

21日(月)、23日(水)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

都合により、プログラム、インストラクターが変更になる場合があります。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]:スクール制(別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]:別途参加費が必要です [定員]:定員制です [予約]:予約が必要です [整理券]:整理券が必要です

< スタジオ >

月		火		水		木		金		土		日				
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ		
09:00			休館日	09:00						09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	09:00		
09:30				09:30							09:30			09:30		
10:00				10:00							10:00	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	10:00	
10:30	10:30(40分)シンプルエアロ・竹本[予約]	10:20(30分)CSLive/からだアクティブ・REC[予約]		10:30	10:20(40分)ヨガ・比呂[予約]	10:20(40分)CSLive/健康太極拳・REC[予約]	10:30(40分)骨盤エクササイズ・山口[予約]	10:20(30分)CSLive/からだアクティブ・REC[予約]	10:15(30分)ストレッチ・竹本[予約]	10:30				10:30		
11:00		11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE・LIVE[予約]		11:00				11:00(40分)CSLive/ピラティス・LIVE[予約]	11:00(40分)ヨガ・米倉[予約]	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE・LIVE[予約]	11:00	11:00(40分)CSLive/Lati・Lati・REC[予約]		11:00(30分)CSLive/ビューティプロジェクト・HP[定員]	11:00	
11:30	11:30(40分)ヨガ・大塚[予約]			11:30	11:20(30分)Fit・Fun・重原[予約]	11:15(30分)CSLive/ボディメイクトレーニング・REC[予約]		11:30(30分)シンプルエアロLow・館崎[予約]		11:55(40分)ZUMBA(R)・米倉[予約]	11:30				11:30	
12:00				12:00		12:00(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・重原[予約]		12:00(40分)ヨガ・館崎[予約]	12:10(40分)CSLive/シェイプパンプ・REC[予約]		12:00	12:00(40分)シェイプパンプ・重原[予約]		12:00(40分)ZUMBA(R)・藤田[予約]	12:00	
12:30	12:30(40分)＊クラブ限定/バレットン・大塚[予約]	12:20(40分)CSLive/カラダデトックス・REC[予約]		12:30						12:40(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・倉田[予約]	12:30				12:30	
13:00				13:00	13:00(40分)シェイプパンプ40・倉田[予約]	13:10(40分)CSLive/Lati・Lati・REC[予約]			13:00(40分)ピラティス・千夏子[予約]		13:00	13:00(40分)ファイトアタックPRO・重原[予約]		13:00(40分)シェイプパンプ・小島[予約]	13:00(40分)CSLive/スモース&ヒーリング[定員]	13:00
13:30	13:30(40分)シェイプパンプ40・宮川[予約]	13:40(40分)CSLive/スモース&ヒーリング[予約]		13:30			13:15(30分)メディカルフィットネス・腰痛予防・改善・運動[予約]			13:30(40分)CSLive/ファイトアタックBEAT・LIVE[予約]	13:30				13:30	
14:00				14:00	14:00(40分)ファイトアタックBEAT・倉田[予約]	14:10(40分)CSLive/ヨガ・REC[予約]		13:50(30分)CSLive/はじめて太極拳・REC[予約]	14:00(40分)シンプルステップ・千夏子[予約]		14:00		14:05(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・重原[予約]	14:00(30分)ファイトアタックBEAT・小島[予約]		14:00
14:30		14:40(30分)CSLive/フラエクササイズ[予約]		14:30				14:30(30分)CSLive/リズムCAMP・LIVE[予約]		14:30(30分)CSLive/ビューティプロジェクト・ハウスライン・REC[予約]	14:30				14:50(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・小島[予約]	14:30
15:00				15:00		15:10(40分)CSLive/カラダデトックス・REC[予約]					15:00					15:00
15:30				15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30	15:30(40分)CSLive/ピラティス・REC[予約]		15:50(40分)ヨガ・武蔵[予約]		15:30
16:00	16:00(50分)ジュニアダンススクール[スクール]			16:00						16:00(60分)キッズチアダンススクール(幼児)[スクール]	16:00					16:00
16:30				16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)ジュニアダンススクール[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30	16:40(40分)ZUMBA(R)・山下[予約]				16:30
17:00	17:00(60分)ジュニアダンススクール[スクール]			17:00						17:00(60分)キッズチアダンススクール(児童)[スクール]	17:00					17:00
17:30				17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)ジュニアダンススクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		17:30		17:50(40分)CSLive/ZenYoga・REC[予約]			17:30
18:00	18:10(60分)ジュニアダンススクール[スクール]			18:00							18:00					18:00
18:30				18:30							18:30	18:15(90分)ジュニアダンススクール[スクール]				18:30
19:00		19:00(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・小島[予約]		19:00	19:10(30分)シェイプパンプOWER・小島[予約]	19:00(40分)CSLive/パワーヨガ・REC[予約]	19:10(40分)ZUMBA(R)・山下[予約]	19:10(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・重原[予約]	19:10(40分)シェイプパンプ40・宮川[予約]	19:00(40分)CSLive/ピラティス・REC[予約]	19:00					19:00
19:30	19:30(40分)フィールピラティス・渡辺[予約]			19:30							19:30					19:30
20:00		20:00(40分)CSLive/シェイプパンプLIVE[予約]		20:00		20:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING・LIVE[予約]	20:05(40分)ヨガ・Akiyo[予約]	20:00(30分)CSLive/X-CORE TRAINING・REC[予約]	20:10(40分)ファイトアタックBEAT・小島[予約]	20:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド・LIVE[予約]	20:00					20:00
20:30	20:25(40分)ダンスWAVE・渡辺[予約]			20:30							20:30					20:30
21:00				21:00							21:00					21:00
21:30				21:30							21:30					21:30
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ		
月			火			水			木			金				